

# 個別カウンセリングによる自律的学習者育成の試み --英語授業実践報告(1)

著者	村上 加代子, 水本 有紀
雑誌名	神戸山手短期大学紀要
号	53
ページ	111-122
発行年	2010-12-20
URL	<a href="http://id.nii.ac.jp/1084/00000813/">http://id.nii.ac.jp/1084/00000813/</a>

# 個別カウンセリングによる自律的学習者育成の試み

—— 英語授業実践報告（１） ——

## Individualized Counseling to Develop Learners' Autonomy

—— Practical Report ——

村 上 加 代 子  
水 本 有 紀

**Key Words:** individualized instruction, autonomous learners, learning strategies

### 要 約

本実践報告は、個別カウンセリングによる自律した学習者の育成を目指す取り組みの第１回目（H22年度前期）の中間実施報告である。本学選択科目である TOEIC クラスでは、「計画—実行—検証—見直し」のスパイラル学習による、学習者の自律性の育成を目指した教育を実践している。担当教員による個別カウンセリングは、メタ認知能力を含む学習ストラテジーを向上させる試みの中核をなすものである。指導には学習ストラテジーアンケート（SILL）を用いた学習者のストラテジー結果のほか、TOEIC 模擬テスト、振り返りアンケートを用い、指導、カウンセリング、学生の自宅での学習について多角的に考察する。学期開始時と終了時の SILL 結果比較では、ほぼ全ての学習ストラテジー項目において数値が向上した。振り返りアンケートからは、カウンセリングが学習者の自宅学習時間の増加や計画的な学習に対する意識の変化に影響したということが確認できた。

### はじめに

近年、自律的学習（autonomous learning）は、英語教育における重要なキーワードとして位置づけられ、さまざまな試みが行われている。１人で独立して学ぶことを意味する自立的学習（independent learners）とは異なり、学習者が自らの学習ストラテジー（learning strategies）を調整し、自らの学習に責任を持つ自律的学習者を育てるには、教師の果たす役割にも変化が必要である。従来のように情報を与えるだけの立場から、学習者と協同でシラバスを作成する相談役、あるいは学習のカウンセラーや、学習資源の管理者としての役割が求められる（長沼, 2010）。さらに学習者に自律を促す留意点として、Little（1991）は次の３点をあげている<sup>1)</sup>。

- １．シラバスを学習者と再検討する
- ２．学習の責任を教師がすべて負っていたのを、その一部は学習者が負う
- ３．学習者が自分で学習の教材を見つける

これらの点を踏まえ、筆者らは、学生の自律学習の促進を試みることを目標として授業内に全学生を対象とした個別カウンセリングを定期的実施した。カウンセリング時には学生の学習目標の設定、目標達成のための手段、学習計画の作成と見直しを行った。カウンセリングでは、学習方法などに関する助言を中心とし、学習動機と学習計画を積極的に関連づけ、学習者が自主的に、計画的に学習を行うことを重視することとした。

本学では入学時に習熟度テストを実施しており、H19年度からは TOEIC クラスを習熟度別（TOEIC 初級、中級、上級）に編成し、学習者のレベルに合わせた授業実践を試みている。H22年度からは TOEIC 初級、中級クラスにおいて、個別に対応できる e-learning 教材を使用している。本研究は最終報告までに2年間（4期）を予定しており、本稿はその第1回目（H22年度前期）の中間報告である。具体的には2時点（学期開始時と終了時）における TOEIC 模擬テスト、学習ストラテジーに関するアンケートから、使用学習ストラテジー、TOEIC スコア、自宅での学習時間の変化を示し、カウンセリングへの満足度を調査した。それらの結果から個別カウンセリングの効果について簡単に考察し、今後の課題を示す。

### 学習ストラテジーに関する先行研究

学習者の外国語能力と学習ストラテジー使用との関連性については多くの研究成果が報告されており、外国語習得における学習ストラテジー導入の有効性に関してはいまや一定の合意が得られている（Cohen, 1998）。2000年あたりから、日本の外国語教育でも学習ストラテジーが取り上げられるようになったが、教育全体においてはまだ広く認識されていない。学習ストラテジーの定義には多種多様なものが見られるが、学習ストラテジー研究の中心的人物の一人である Oxford（2001）によれば、学習ストラテジーとは「学習者が習得、記憶、想起、情報の使用などを促進するために行う活動、学習をより容易に、より速く、より楽しく、より自律的に、より効果的にするために、そして、学んだことを新しい状況により適用しやすくするために学習者が採る具体的行動」<sup>2)</sup> である。

学習ストラテジー研究は、1950年代半ばから1960年代にかけて急速に発展してきた認知心理学の分野で始まり、言語学習者の認知過程において、学習ストラテジーが第二言語習得の結果に大きな影響を与える要因として認識されるようになった。学習ストラテジー研究の先駆けとなった Carton（1966）は、学習者の個人差や背景知識の違いが推測ストラテジーの使い方に影響を及ぼすということを明らかにした。1970年代に入ると Rubin（1975）や Naiman et al.（1978）などが、優秀な学習者は問題を抱えている学習者と比べて異なる学習ストラテジーを使用している点を明らかにした<sup>3)</sup>。また、このような個人差研究で明らかにされた優秀な学習者の学習特徴を、未熟な学習者に適応することで言語習熟度を向上させるという期待もあった。学習者が持つストラテジーを分類し、1つの体系にまとめあげようとする動きの中、Oxford（1985）は64項目から成る学習ストラテジーリストを作成した。また Oxford（1990）は学習ス

トラテジーを直接ストラテジー、間接ストラテジーに分類し、さらに下図のように、3つの下位分類を行った<sup>4)</sup>。

直接ストラテジー	記憶ストラテジー 認知ストラテジー 補償ストラテジー
間接ストラテジー	メタ認知ストラテジー 情意ストラテジー 社会的ストラテジー

図1 学習ストラテジー分類

その後、教師を中心とした方法論的研究から、学習者を中心とした研究へと移行し、学習者の自律性養成についての研究が行われるようになる。学習者に対する見方も、それまでの単に知識を享受するという受動的な学習者像から自ら積極的に知識を構築するという能動的な学習者像へと移行してきた。Ellis & Sinclair Model (1989) では、学習者に効果的な言語学習法に関する知識を深めさせ、自分に適したストラテジーを発見させることにより、自律的に学習する学習者を育成することを目的としている。しかし、自己学習を促進するための教師の介入のあり方に関して議論されるようになり、1990年代に学習を自ら監督する方法が必ずしも効果的でないという研究報告が出されたことにより、その妥当性が疑問視されるようになる。そうした流れの中、現在では学習ストラテジーにおけるメタ認知ストラテジーの重要性を強く認識する傾向にある。例えばCohen (1998) は学習ストラテジーを「学習者によって意識的に選択される学習プロセス」と捉えており、意識的に選択・使用するということは、学習プロセスを自律的にコントロールすることを意味し、その司令塔的な役割はメタ認知ストラテジーが果たすとされている<sup>5)</sup>。特に言語学習においての重要性が指摘され始めている自律学習に必要不可欠な要素として位置づけられているのが学習者のメタ認知である (Wenden, 1998)。

## 調査の概要

### 1. 調査対象

調査の被験者は、H22年度「TOEIC 初級」「TOEIC 中級」各1クラス合計2クラスの受講生、計37名である。内訳は、初級クラス21名、中級クラス16名である。

### 2. 学習ストラテジーに関するアンケート

アンケートは、SILL (Strategy Inventory for Language Learning) を用いた。SILL は、記憶ストラテジー、認知ストラテジー、メタ認知ストラテジー、補償ストラテジー、情意ストラテジー、社会ストラテジーの6分野別に網羅的に質問項目が立てられており、5段階の尺度法による多岐選択式からなる調査票で、合計42問である。各項目については難解なものもあるため、簡単に口頭で説明を行いながら、学期初回と最終回に実施した。

### 3. TOEIC 模擬テスト

本学の e-learning ツールとして用いている教材 u-CAT（ユーキャット）を使用し、TOEIC 模擬テストとして授業初回と13回目に実施した。TOEIC は採点評価に際して、母集団の結果分析から各設問の妥当性をチェックし、統計的な比較検証を行い、一定の基準に照らしてスコア算出（5 点単位、L score 5-495、R score 5-495、total score は L と R の合算で10－990）試験である。これによって、テストフォーム毎の難易度の違いによる評価基準のブレを抑えた一定の尺度による客観的な目安を主観判断の補助情報として得ることができる。ただし、ひとつの結果スコアを単独で見る際には、total score で見る場合±35点の70点を測定誤差として考慮する必要がある。

### 4. 授業アンケート

学期の最終回に実施した。自宅での学習時間に関する 5 段階尺度法による多岐選択式と、カウンセリングに関する自由記述形式を用いた。

### 5. カウンセリングシート

「最終的な到達目標」、「一年後の目標」、「今学期の目標」、「英語の得意・苦手分野」、「模擬テスト等のスコア記入欄」からなる。これとは別に、週ごとの学習計画を記入するシートがあり、個別カウンセリングの際は両方を持参することとした。

### 6. 学習計画表

学習者は毎月学習計画表を作成し、カウンセリングの際に持参する。シートには、一週間ごとの具体的な学習内容を書く欄と、結果を記入する欄を設けた。

## 7. 個別カウンセリング

### 7. 1 カウンセリングのねらい

カウンセリングのねらいは、教員が学生の学習目標や学びのスタイルを把握することにより、学生の自宅での学習効果を高めることである。図2「個別カウンセリング概念図」は、「計画」「実行」「検証（ふりかえり）」「見直し／改善」のスパイラルアップの構造で、学生が自ら計画を見直しながら、学習を進める道筋を示したものである。その際に重要なのが、カウンセラーとしての教員の関わりである。授業外での学習は、上記の学習計画表に沿って進められるが、多くの学生が「計画はしても継続できない」「どのように進めればよいのか分からない」「モチベーションが持続できない」といった問題を抱えている。上記のように計画倒れに陥りがちな学生に、教師が定期的に「計画」「検証」「見直し」に参加することで、学生の気づきを促し、学習へのモチベーションを高く保ち続けることができ、気づきが促進されることで、学生のメ

タ認知能力が徐々に高くなるだろうと予測した。

## 7. 2 カウンセリングの内容

個別カウンセリングシートを事前に用意し、学習者と相談しながら、学習者の TOEIC 模擬テスト結果、得意・苦手分野、将来の目標を確認しながら、中間目標を設定した。さらに具体的な内容を記入した月間計画表とともに、一ヶ月間の学習のふりかえりを行った。時間は一人5分～10分程度であった。学習計画、目標はそれぞれ学習者自らが設定し、自宅での学習内容、使用教材、量に関しては、教員が学習者のレベルや興味・関心、達成目標などを考慮し、助言を与えた。

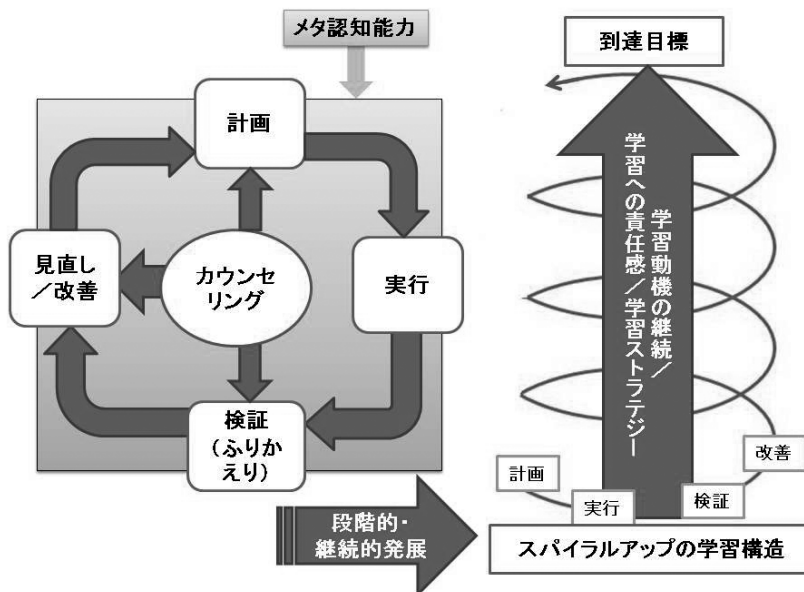


図2 個別カウンセリング概念図

## 結果と考察

### 1. TOEIC 模試

TOEIC クラス（初級・中級）に在籍する学習者は、入学時にレベル分けテストにより習熟度別に振り分けられている。しかし初級と中級の境界線はあいまいで、受講生の履修の都合などで初級学習者が中級に在籍し、またその逆もあるため、比較的ゆるやかな区別である。第1回目の e-learning 教材によるオンライン TOEIC 模試の平均点と最高、最低点を、クラス別に集計したものが、表1「クラス別 TOEIC 模擬試験スコア表」である。表からは、最高点と最低点が初級と中級ではさほど差がみられないことがわかる。平均点は初級では19点、中級が36点上昇した。

表１ H22年度前期クラス別 TOEIC スコア

模擬試験	点数	初級クラス	中級クラス
第 1 回目	平均	243	292
	最高	405	460
	最低	125	170
第 2 回目	平均	262	328
	最高	395	500
	最低	180	185

\*小数点以下繰り上げ

## 2. 学習ストラテジーに関するアンケート

SILL の学習ストラテジーアンケートを各クラス別に 2 回集計をしたものが表 2 「学習者の使用する学習ストラテジー平均値の変化」である。無記名、あるいは 1 回目と 2 回目どちらかのみ回答のアンケートは無効とし、最終的な有効回答数は、初級クラス 18、中級クラス 15 であった。

表 2 学習者の使用する学習ストラテジー平均値の変化

	ストラテジー	記憶	認知	メタ認知	補償	情意	社会的
初級クラス	1 回目	1.98	2.60	2.73	3.19	2.26	2.75
	2 回目	2.43 (0.45)	2.95 (0.35)	3.23 (0.5)	3.92 (0.73)	3.25 (0.99)	2.98 (0.23)
中級クラス	1 回目	2.21	2.85	3.02	3.67	3.02	2.98
	2 回目	2.41 (0.2)	2.92 (0.07)	3.27 (0.25)	3.94 (0.27)	3.27 (0.25)	2.95 (-0.03)

アンケートの結果、全体平均では、ほとんどのストラテジー項目において、1 回目よりも 2 回目の数値が向上した。クラス別では、初級クラスでは全ストラテジーの平均値が上がり、2 回目の調査では両クラスの数値にほとんど違いが見られなくなっていた。このことから、初級学習者の学習ストラテジー向上に影響したと考えられる。初級クラスで最も大きな伸びを示したのが情意ストラテジー、次いで補償ストラテジーであった。情意ストラテジーはコミュニケーションでのさまざまな感情をコントロールするためのストラテジーである。カウンセリングでは、教員と英語学習について感じることを話したり、自分の好きな英語学習教材（例えば音楽など）を奨励されることで、これらの項目が伸びた可能性はある。しかし、学生の多くは他の英語科目も履修しているため、カウンセリングの効果との関連は不明である。

初級と比較して中級クラスでは、数値にさほど大きな変化は得られなかったが、社会的ストラテジーをのぞく全ストラテジーで値にプラスの変化が見られた。また、もっとも変化の大きかった分野は情意ストラテジー、補償ストラテジーであった。



ストラテジーアンケートと、TOEIC スコアとの関連性についてであるが、両クラスの TOEIC 模擬試験で最上位の学生と、最下位の学生のストラテジー点数を比較したところ、下位の学生の数値のほうが上位の学生よりも高かった。SILL に関してはさまざまな批判的検討もなされており、「意識調査を基にしているので、結果が解釈しにくい」<sup>6)</sup> との指摘もあるように、この数値だけで学習者の学びの全体像を把握することには限界がある。そのため、自由記述と合わせて学習者の学習意識と行動の変化について、多元的に分析する必要がある。

### 3. 授業アンケート

アンケート調査の目的は、(1) 各学生との個別カウンセリングが学生にどのような影響を与えたのかを調べる、(2) 計画を立て、それに沿って学習を進めていくことに関して、学生の意識が変わったのかどうかを調べるという 2 点であった。アンケートは前期の授業最終日に行った。授業アンケートの集計結果から、今回行った半期の個別カウンセリングでは、何を学習すべきかが明確になる、計画的な学習に肯定的になるという点で学生からの評価が高く得られた。初めは計画倒れに終わる学習者が大半であったが、学習量や教材を工夫したり、自宅での学習時間を決めるなどの助言を行い、最終的に自らの計画を実行できるようになった学習者は、カウンセリングへの満足度が非常に高かった。

一方で、1 クラス平均 20 人を 90 分で行うカウンセリングは、1 人あたりの助言時間が 5 分程度と非常に短いものであった。そのため、学習者と十分にコミュニケーションが取れたとは言えない。今後、いかに個別指導の時間を確保するかが課題の 1 つである。また、教員間でアドバイスの方法やアプローチが異なっていたことが確認され、学習者の授業アンケートでは満足度やカウンセリングの効果に関して差がみられた。

以下に、アンケートの内容とその結果を基に、カウンセリングによる学生の意識の変化と、カウンセリングの有効性を考察したい。

#### 3. 1 アンケートの内容

今回実施したアンケートの内容は以下の通りである。

##### A) 家庭学習とカウンセリングに関する 5 段階評価

質問 1 自宅での学習時間の変化

質問 2 自宅での学習内容の変化

質問 3 カウンセリングへの意識

##### B) 自由記述

カウンセリングによって変化したこと

##### C) 自由記述

計画的に学習を進めることに関しての意識



### ３．２ アンケート結果の考察

#### ３．２．１ 自宅での学習時間、学習内容の変化

「自宅での学習時間は、変わりましたか」

	増えた	少し増えた	変わらない	少し減った	減った
初級クラス	0.00%	36.84%	52.63%	5.26%	5.26%
中級クラス	12.50%	81.25%	6.25%	0.00%	0.00%

「自宅での学習内容は、変わりましたか」

	変わった	少し変わった	変わらない
初級クラス	5.26%	42.11%	52.63%
中級クラス	6.25%	87.50%	6.25%

特に中級クラスにおいては自宅での学習時間が「増えた」とする回答と自宅での学習内容が「変わった」とする回答が９割以上となった。一方初級クラスでは、学習時間、学習内容ともに「変わらない」とした回答が過半数にのぼった。各教員のカウンセリングにおいて、自宅での学習に関する助言に時間を割いたか否かが結果に反映されている。このことから、カウンセリングで自宅での学習について言及することで、授業以外での自主的な学習に対する学生の意識を高めることができると考えられ、今後のカウンセリングの改良にも役立てることができるはずである。

#### ３．２．２ 自由記述：カウンセリングへの意識、計画的に学習を進めることについての意識

「カウンセリングは自分の学習に役立ちましたか」

	１ 役立つ	２ 少し役立つ	３ わからない	４ あまり役立たない	５ 役立たない
初級クラス	10.53%	63.16%	21.05%	5.26%	0.00%
中級クラス	93.75%	6.25%	0.00%	0.00%	0.00%

カウンセリングに対する回答については、初級、中級クラスとも「役立つ」と答えた回答が過半数を超え、特に中級クラスで全員が「役立つ」と答えていることは特筆すべきである。また、自由記述に関しては、両クラスに共通して見られた傾向として、主に以下の三点を挙げることができる。まず、一点目は「勉強意欲が湧いた」「背中を押してもらえる」という意見に見られるような学習意欲の向上である。カウンセリングで教員から励まされたり褒められたりすることで学習に対する動機付けがなされた結果であると考えられる。二点目は「勉強法がわかった」「何を勉強したらよいのかわかった」という手法的な知識を手に入れたことに関するものである。最後の三点目は、「目標を立てて進めることができた」などの回答が示すように、計画を立てることの重要性の再認識である。いずれのクラスとも、計画を立て、その計画に沿って学習することの大切さを改めて感じた学生がほとんどを占めた。

## 今後の展望

学習計画と目標を設定し、自分の学習をモニターするという行動は、本研究で自律的学習において重要としているメタ認知ストラテジーの一環である。学生が自主的に自分の学習に取り組み、成功するためには、学習動機、学習計画、継続的な見直しが必要である。今回のカウンセリングでは、主に動機・計画・振り返りに教員が参加し、学生の気づきをうながすよう試みた。自宅学習に関するアンケートからは、自宅学習や継続への意識に変化が見られた。今回のアンケートの結果から以下のような反省点を挙げることができる。

- 1) 各クラスで行うカウンセリング方法を予め統一していなかった
- 2) 特に初級クラスではカウンセリングの時間が足りなかった
- 3) カウンセリングの内容が、計画の見直しと再考に限られた

これらの反省点から、後期の授業でのカウンセリングの位置づけを次の通りに設定しなおす。まず、教員同士の話し合いの時間を増やし、具体的な質問事項などを細かく設定し、カウンセリング方法の統一を図る。さらに、授業におけるカウンセリングの重要性を意識し、十分な時間をカウンセリングに充てることができるよう、授業計画を編成する。今後はこういった点に留意しながら、改めて授業におけるカウンセリングの有効性を探っていきたい。

## 引用文献

1. Little, D. (1991). *Learner Autonomy 1: Definitions, issues and problems*. Dublin: Authentik.
2. 村野井仁 (2008). 『第二言語習得研究から見た効果的な英語学習法・指導法』, 東京:大修館書店, p127.
3. 大学英語教育学会 学習ストラテジー研究会2005 (編著) 『言語学習と学習ストラテジー』, 東京:リーベル出版, p22.
4. 大学英語教育学会 学習ストラテジー研究会2005 (編著) 『言語学習と学習ストラテジー』, 東京:リーベル出版, p24, 32.
5. 大学英語教育学会 学習ストラテジー研究会2006 (編著) 『英語教師のための「学習ストラテジー」ハンドブック』, 東京:大修館書店, p10-11.
6. ネウストプニー, J. V.・宮崎里司2002 (共編著) 『言語研究の方法:言語学, 日本語学, 日本語教育学に携わる人のために』, 東京:くろしお出版.

## 参考文献

- 大学英語教育学会 学習ストラテジー研究会 (編著) 『言語学習と学習ストラテジー』, 東京:リーベル出版.
- 長沼君主「自律的学習者」, *The English Teachers' Magazine*, Oct. 2010 増刊号, pp.34-35.
- Carton, A. (1996). *The method of inference in foreign language study*. The Research Foundation of the City of New York.
- Cohen, A.D. (1998). *Strategies in learning and using a second language*. Essex: Longman.
- Ellis, N., & Sinclair, B. (1989). *Learning to Learn English*. New York: Cambridge University Press.

- Naiman, N., Fröhlich, M., Stern, H., & Todesco, A. (1978). *The good language learner. Research in education series No.7 (Revised version published in 1995)*. Toronto: The Ontario Institute for Studies in Education.
- Oxford, R.L. (1990). *Language learning strategies: What every teacher should know*. New York: Newbury House/Harper Collins.
- Oxford, R.L. (2001). Language learning strategies. In R. Carter & D. Nunan (Eds.), *The Cambridge guide to teaching English to speakers of other languages* (pp.166-172). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Rubin, J. (1975). What the “good language learner” can teach us. *TESOL Quarterly*, 9, 41-51.
- Wenden, A. (1998). Metacognitive knowledge and language learning. *Applied Linguistics*, 19, 515-537.

参考資料1 「第二言語ストラテジーリスト」アンケート

第二言語学習ストラテジーリスト	
以下の各項目で、「とてもよくあてはまる」場合には5、「あてはまる」場合は4、「どちらかといえばあてはまる」場合には3、「たいていの場合あてはまらない」場合は2、「まったく、またはほぼ全くあてはまらない」場合は1を記入してください。     5   4   3   2   1	
A. 記憶ストラテジー	
	ボキャブラリーを伸ばすため、単語帳を利用している。
	文字だけでなく音声のついた単語帳を利用している。
	ボキャブラリーを付随的に伸ばすため、リスニング、リーディングで大量のインプットを取り入れている。
	ボキャブラリーリストを自分で作ったり、useful expressions をメモしたりしている。
	分野別、概念別、機能別などのカテゴリーを意識したボキャブラリー学習をしている。
	関連のあるボキャブラリーを並べたり、ストーリーの流れを単語で示した意味地図を作ることがある。
	単語の構成要素（-fort=力）を意識したボキャブラリー学習をしている。
	単語のコロケーション（abandon + pets）を意識したボキャブラリー学習をしている。
	新しく覚える語句を英語で言えるよう、英英辞典を使っている。
	単語の反意語、派生語、関連語を意識してボキャブラリー学習をしている。
B. 認知ストラテジー	
「とてもよくあてはまる＝5」「あてはまる＝4」「どちらかといえばあてはまる＝3」「たいていの場合当てはまらない＝2」「まったく、またはほぼ全く当てはまらない＝1」 5   4   3   2   1	
	覚えようとする語句の発音を繰り返し練習している。
	理解した文章の音読をすることがある。
	音読をするときには、音声を聞いて同時に読むパラレル・リーディングや音声を聞いて文字を見ずに発声するシャドウイングなどをすることがある。
	使いこなせない文法項目に出会うと、繰り返し練習することがある。
	決まり文句（I beg your pardon?）や定型表現（I was wondering if…）などを積極的に覚え、活用しようとしている。
	文章を読むときには、フレーズごとに意味のまとまりを意識して読んでいる。
	文章を読むときには、文のつながりを示す、however, therefore などの接続しに注意して読んでいる。
	意味のわからない単語に出会ったときは、前後関係から意味を推測するようにしている。
	難しい構文に出会ったとき、構造を解析しようとしてみる。
	わからない構文に出会ったとき、文法書で確認したり、知っている人に尋ねたりしている。
	複雑な文や重要な意味を持つ文は、日本語に訳してみる。
	リスニング、リーディングのときに、重要表現、覚えたい表現をマークすることがある。
	リスニング、リーディングのときに、メモを取りながら読むことがある。
	リスニング、リーディングをして、内容の要約をすることがある。
	リスニング、リーディングをした後で、内容を行ってみることがある。

	リスニング、リーディングをした後で、内容を書いてみることもある。
<b>C. メタ認知ストラテジー</b> 「とてもよくあてはまる＝５」「あてはまる＝４」「どちらかといえばあてはまる＝３」「たいていの場合当てはまらない＝２」「まったく、またはほぼ全く当てはまらない＝１」	
	5 4 3 2 1
	自分はなぜ英語を身につけようとしているのかしっかり考えている。
	英語を身につけるということは、どんな力を身につけることなのか、明確な目標を持っている。
	英語学習をいつ、どのように行うか大まかな計画を立てている。
	インプットに触れる機会、対話をする機会、アウトプットする機会を積極的に作っている。
	自分の英語力がどの程度なのか、英語試験を受けて確認している。
<b>D. 補償ストラテジー</b>	
	リスニング、リーディングのときに、写真や絵、図、見出しなどがあればそれらを見て事前に意味を理解しようとしている。
	スピーキング、ライティングにおいて、言いたいことがうまく出てこない場合、知っている表現で言いたいことを置き換えて何とか伝えようとする。
	スピーキングにおいて、言いたいことがうまく出てこない場合、身振りやジェスチャーを使って何とか伝えようとする。
<b>E. 情意ストラテジー</b> 「とてもよくあてはまる＝５」「あてはまる＝４」「どちらかといえばあてはまる＝３」「たいていの場合当てはまらない＝２」「まったく、またはほぼ全く当てはまらない＝１」	
	5 4 3 2 1
	英語学習及び英語使用について自分が感じることを、教師やほかの人に話してみることがある。
	英語学習がうまくいったとき（ペーパーバックを読み終えた、英検に合格した、TOEICスコアが上がったなど）、自分にごほうびをあげることがある。（おいしいコーヒーを入れる、物を買う、休む、映画を見るなど）
	英語学習及び英語使用について自分が感じることを、文字で書きあらわすことがある。
	リラックスして英語学習をするため、音楽を利用することがある。
	楽しみのための英語学習（映画鑑賞、ドラマ視聴、音楽鑑賞など）をしている。
<b>F. 社会的ストラテジー</b> 「とてもよくあてはまる＝５」「あてはまる＝４」「どちらかといえばあてはまる＝３」「たいていの場合当てはまらない＝２」「まったく、またはほぼ全く当てはまらない＝１」	
	5 4 3 2 1
	わからないことがあったときには、教師やほかの人に助けてもらう。
	スタディ・グループなどを作って、ほかの人と一緒に学習することがある。
	目標言語を話す人々の生活や文化について理解を深めようとしている。
	他者がどのような考えや感情を持ち、日々暮らしているのかを理解しようとしている。